

BRNĀŠNĀ• A MRAVENĀĀENĀ• PRSTĀ®

ĀĀEtrtek, 09 bĀ™ezen 2023

PĀ™Ā-Ā•in brnĀ›nĀ- prstĀ™ je celĀ; Ā™ada, od skĀ™pnutĀho nervu napĀ™klad pĀ™i syndromu karpĀlnĀ-ho tunelu aĀ diabetu. V nĀ›kterĀ½ch pĀ™padech jsou pocity brnĀ›nĀ- a mravenĀ•enĀ- prstĀ™ jen doĀ•asnĀ a odeznĀ- bez nutnosti IĀ. Pokud vĀ;s ale tento problĀm trĀpĀ- opakovanĀ, mĀ™e jĀ-t o zĀ›vaĀnĀ onemocnĀ›nĀ- a je nutnĀ vyhledat IĀka. Zjistila pĀ™Ā•ina vaĀjich potĀ-Ā¼Ā-. V nĀ›kterĀ½ch pĀ™padech postaĀ- rehabilitace a zmĀ›na pohybovĀ½ch stereotypů abyste nepĀ™etĀ›Ā¼ovali pĀ™sluĀjnou strukturu a nedochĀjzelo k Ātlaku nervĀ™. Jindy pomohou kortikosteroidovĀ injekce nĀ›kterĀ½ch pĀ™padech je nutnĀj operace.

Diabetes

LidĀ s

diabetem (nesprĀ›vnĀ› cukrovkou) majĀ- dlouhodobĀ› zvlĀ›Ājenu hladinu glukĀzy v krvi (glykĀmii), coĀ¼ Ā•asem vede k poĀ›kozenĀ- drobnĀ½ch cĀv, kterĀ zĀjsobujĀ- perifernĀ- nervy na konĀ•etinĀjch a prstech rukou Āi nohou kyslĀ-kem a Ā¼ivinami. TĀ-m dochĀjzĀ- k naruĀjenĀ- sprĀ›vnĀho fungovĀjĀ- tĀ›chto nervĀ™ a vznikĀj onemocnĀ›nĀ- oznaĀ•ovanĀ jako perifernĀ- diabetickĀj neuropatie. JednĀ-m z pĀ™znakĀ™ perifernĀ- diabetickĀj neuropatie je brnĀ›nĀ- a mravenĀ•enĀ- prstĀ™ na nohou Āi rukou, ale mohou se objevit i dalĀjĀ- pĀ™znaky, jako napĀ™klad:

Pocity

mravenĀ•enĀ- Āi brnĀ›nĀ- celĀ½ch konĀ•etin (rukou, nohou, chodidel, dlanĀ-, apod.)

Bolest nebo

kĀ™eĀ•e v nohĀjch Āi rukĀjch

SvalovĀj

slabost

Poruchy

rovnovĀjhy (nejistĀj chĀ™ze, zakopĀjvĀjĀ-, motĀjĀ- hlavy, apod.)

ZpomalenĀ

reflexy

Pocity

pĀ›lenĀ-, pĀ›chĀjĀ- nebo Ā™ezĀjĀ- v konĀ•etinĀjch

DĀ™leĀitĀ je

si uvĀ›domit, Ā¼e jakmile u diabetikĀ™ jednu dojde k poĀ›kozenĀ- perifernĀ-ch nervĀ™ pĀ™i neuropatii, je toto poĀ›kozenĀ- nevratnĀ a pocity mravenĀ•enĀ- nebo brnĀ›nĀ- prstĀ™ tak pacienta budou trĀpĀt opakovanĀ. NaĀ›stĀ- existujĀ- IĀky, kterĀ do jistĀ mĀ-ry pomĀjĀjĀ- nepĀ™jemnĀ parestĀzie prstĀ™ Āi konĀ•etin zmĀ›nit na snesitelnou ĀroveĀ™. Mezi IĀky, kterĀ pĀ™inĀjĀ- Ālevu od brnĀ›nĀ- prstĀ™, mimo jinĀ, patĀ™- antidepresiva (IĀky proti depresĀ-m, kterĀ ale pomĀjĀjĀ- zmĀ›nit bolest Āi parestĀzie), antikonzulziva (IĀky proti kĀ™eĀ•m a epileptickĀ½m zĀ›chvatĀ™) nebo rĀ™nĀ koĀ›nĀ- krĀmy s Ā•innĀ½mi IĀtkami na potlaĀ•enĀ- parestĀziĀ-.

Syndrom

karpĀlnĀ-ho tunelu

Na vnitřní straně zápěstí se nachází prostor označovaný jako karpální tunel (canalis carpi), kudy do zápěstí prochází větvina nervu, která inervuje prsty na ruce. Proláskování dlouhodoběm pásovým zápěstí (například klad práci na počítači nebo jiných činnostech, která vyvolává opakovaně tlak na zápěstí) dochází ke zúžení dráhových nervů a dalších struktur v karpálním tunelu, což vede k otokům a zbytnění vaziva uvnitř tohoto prostoru.

Zbytnění

vazivo pak tlačí na nervy, která karpálním tunelem prochází (zejména na nervus medianus), což vyvolává nepříjemné pocity mravenění a brnění v oblasti prstů a dlaní, často spojené s bolestí, zejména v noci. Tyto nepříjemné projevy se odborně označují jako syndrom karpálního tunelu.

Kromě

chronického pásového zápěstí má také část syndrom karpálního tunelu způsoben takto degenerativními změnami (artrózou zápěstních kloubů). Kromě brnění a mravenění prstů jsou dalšími příznaky syndromu karpálního tunelu například:

Bolest rukou,
prstů a zápěstí (zejména v noci)

Oslabení

stisk ruky (pacient není schopen sevřít ruku v pěst nebo jen za cenu bolesti)

Vypadávání

příměstí z rukou (nejistota)

Nejlepší

opatření je prevence. Proto, pokud dlouhodobě pracujete na počítači, tabletu nebo chytrém telefonu, pravidelně vykonávejte jiné činnosti, přičemž některých dochází k pásovému zápěstí, dbejte na správnou odpočinek a protažení prstů, rukou a zápěstí. Práci s počítačovou myš a zápěstí neohýbejte, ale udržujte ho ve vzpřímené poloze.

Možnosti

léčby jsou různé. První je nošení speciálních zápěstních ortéz, které udržuje zápěstí v levé poloze, přičemž nedochází k tlaku nervu. Pokud je příčinou artróza karpálních kloubů (degenerativní změny), mohou pomoci injekce kortikosteroidů.

Jestliže

pacientovi nepomáhá konzervativní léčba, může se rozhodnout k operaci karpálního tunelu, přičemž se odstraní část vazivového pruhu (ligamentum carpi transversum) kryjící karpální tunel a odstraní zbytnění vaziva, čímž uvolní tlak na nervy.

Poté

následuje rehabilitace a poté ustoupení.

Štlak nervů

Kromě

syndromu karpálního tunelu existují také další inová syndromy a onemocnění, přičemž některých dochází k tlaku nervu inervujícího prsty na ruce a která se mohou, mimo jiné, projevit parestéziemi prstů na ruce a nohou. Mezi nejčastější příčiny tlaku nervů,

kromě syndromu karpálního tunelu, patří:

syndrom ulnářního (Guyonova) kanálu:

tento kanál se nachází na palcové straně ruky, distálně (blíže k prstům) od karpálního tunelu a obsahuje ulnářní nerv, který inervuje malíček a prst prsteníku. Příčinným tlakem nervu v této oblasti pak pacienta brní malíček nebo prsteník.

Mortonův neurom: toto onemocnění se projevuje

brněním a mraveněním prstů dolní

končetiny a bolestmi chodidla a vzniká v důsledku zbytečně mákkých tkání v okolí nervů inervujících svaly prstů nohou.

Děvody:

poranění nervů při úrazech nebo nehodách

otoky svalů (příčinou jejich natažení, natržení nebo přetížení)

onemocnění

člověk: protože často probíhá společně, mohou onemocnění a vady cév způsobit také tlak nervů a nejdříve dojde k příznakům v podobě mravenění a brnění prstů. Nejčastěji tyto problémy způsobují aneuryzmata (výdutě na cévách),

člověk - záněty (vaskulitidy)

cysty: jedná se o tvary vyplněné

tekutinou, které mohou tláčit na nervy inervující ruku a nohu a tím způsobit brnění a mravenění prstů.

Zneužívání
alkoholu

Dlouhodobě

konzumace velkého množství alkoholu způsobuje onemocnění zvané alkoholová (třetí alkoholická) polyneuropatie, která se projevuje brněním prstů na rukou a na nohou. Mezi další příznaky alkoholové polyneuropatie patří:

Pocity brnění

a mravenění rukou, nohou a chodidel (obecně končetin)

Parestázie

(brnění, mravenění, pocit jehliček, pálení, apod.) končetin

Bolest rukou

a nohou

Poruchy

rovnováhy s nestabilní chůzí a častými pády

Svaloví
slabost a křeč

Poruchy
polykání- nebo pažnímu potravě

Nejdříve itá-
součástí- IÁby je pažní alkohol, má se zabráně- dalšmu zhoršování-
pokozování- nervů. Je vhodné zapojit se do odvykacích programů v nějaké
psychiatrické nemocnici. Kromě toho se v IÁb alkoholové polyneuropatie
užívají- také následující- postupy:

Léky proti
bolesti

Rehabilitace
(fyzioterapie)

Ortýzy

Doplňky
stravy na doplnění- chybějících- vitamínů a živin, zejména pak vitamínů E, B1,
B12 a kyseliny listové

Fibromyalgie

Hlavně-
pažní- znakem fibromyalgie je setrvalá chronická bolest různých částí těla bez
zjevných příčin, která má 2/3 případů doprovázena i brněním a mraveněním prstů.
Kromě toho je fibromyalgie spojena také s následujícími pažními znaky:

Šnava

Zhoršení
schopnost soustředění-

Migrény
jiné druhy bolestí- hlavy

Deprese

Poruchy
spánku

Lékaři se
domnívají, že pažní fibromyalgie je způsobena, jakýmžto mozku zpracovávají bolestivě
vjemy a signály. Bohužel na toto onemocnění neexistuje léčba, která by ho
dokázala zcela vyloučit, ale máme k dispozici alespoň léky na zmírnění- obtíží-
(zejména léky na bolest a na spaní). Kromě toho se v IÁb fibromyalgie
uplatňují- také rehabilitace (fyzioterapie), psychoterapie a různé skupinové
terapie, které pacientům pomáhají- zvládnout boj s tímto zákeřným onemocněním a
zjistit, že v tom nejsou sami. Náležitě lidem pomáhají i pravidelně cvičení- a
techniky na zvládnutí- stresu. MUDr.
Michal Vilámovský

